

Velkommen til Aabenraa Kommunes Rehabiliterings- og Korttidscenter (ROK)



Revideret juli 2025



Kontaktpersons ordning

På ROK arbejder vi med en kontaktpersonsordning. Her udgør kontaktpersonerne et team af forskellige faggrupper som skal sikre koordinering og planlægning af dit forløb.

Her kan du tilføje dine ROK-kontaktpersoner:

Velkommen

Vi vil gerne byde dig velkommen til dit ophold på Aabenraa Kommunes Rehabiliterings- og Korttidscenter (ROK). Vi arbejder ud fra kommunens kerneopgave, der har fokus på **Sundhed, Mestring og Fællesskabelse**.

I kommunens "Vejledende serviceniveau for Midlertidige pladser", tilbyder vi primært:

- **Rehabiliteringsophold**
- **Vurderings-/afklaringsophold**
- **Sundhedsplads.**

Sundhedspladsen er vederlagsfri. Denne plads kan bevilliges jævnfør Sundhedsloven. Vurderes det efterfølgende, at du på baggrund af kommunes serviceniveau skal overgå til en anden pladstype, vil den vederlagsfrie del ophøre, og betaling vil være som beskrevet, på side 9.

Under opholdet på ROK vil du møde en tværfaglig personalegruppe bestående af: social- og sundhedsuddannet personale, sygeplejersker, ergoterapeuter, fysioterapeuter, elever, studerende, husassistenter og teknisk-administrativt personale.

Vi glæder os til at samarbejde med dig og dine pårørende.

Stuen

Stuerne er indrettet med seng, bord, lænestol og TV. Der er også dyner, puder, sengelinned, håndklæder og vaskeklude.

Du er velkommen til selv at medbringe små personlige ejendele, som kan placeres i vindueskarmen eller på en hylde.

Hvad skal du medbringe

Du skal medbringe det, du normalt vil pakke til ferie:

- **Tøj, overtøj, sko, hjemmesko** du går sikkert i (se desuden pkt. om vask side 9)
- **Toiletartikler** (tandbørste, tandpasta, hårbørste/kam, negleklipper, neglefil, hår- og bodyshampoo, parfume, cremer, barberskum, barbermaskine, hårtørrer osv.)
- **Sundhedskort**
- **Medicin og doseringsæsker** til minimum 14 dage (medicin i original emballage og evt. doseret/dosisdispenseret medicin)
- **Hjælpemidler til personlig pleje** på bevilling f.eks. kateterartikler, stomiprodukter o.l.
- **Hjælpemidler til forflytning, lejrning, mobilitet.** Du skal medbringe ALLE dine hjælpemidler med undtagelse af seng, gulvlift og fastmonteret toiletforhøjer. Har du trykaflastende madras/puder, skal dette også medbringes.
- **Bleer**
Er du bevilget bukse- eller tapeble skal du også medbringe disse til dit ophold.
- **Telefon og computer m.v.**
Medbring egen mobiltelefon/computer. ROK har gratis trådløst internet (BORGER_GUEST_NET, ingen adgangskode).

Det er dit eget/dine pårørendes ansvar, at ovenstående bliver leveret til ROK på ankomstdagen eller snarest derefter.

Nødkald

Hvis du ikke kan benytte mobiltelefon, og der af særlige grunde bliver vurderet behov for det, kan der blive bevilliget et nødkald.

Medicin under ophold

Når du skal have indløst en recept, har du måske mulighed for selv at hente medicinen på apoteket. Hvis ikke det er muligt kan dine pårørende afleverer medicinen til ROK for dig. Alternativt kan du få den leveret direkte til ROK fra Svane Apotek eller Løve Apotek i Aabenraa samt Tinglev Apotek. Vær opmærksom på, at der opkræves et gebyr ved levering.

Transport til ROK

Udskrives du fra sygehuset til ROK, sørger sygehuset for transport.

Kommer du hjemmefra, skal du selv arrangere transport og stå for betaling (Sundhedsplads undtaget).

Bestiller du en transport, skal du være opmærksom på, at der kun er plads til dig og en enkelt taske. Evt. bevilgede hjælpemidler, skal du selv sørge for at få bragt til og fra ROK.

Ankomst og hjemrejse

Vi tilstræber at modtage dig mellem kl. 10.00 og 15.00, og forsøger at afslutte dit ophold før kl. 12.00.

Mål og forventninger til opholdet samt opfølgning

Det er vigtigt, at vi kender dine forventninger til opholdet, og derfor afholder vi indenfor ca. 5 hverdage et møde med dig, hvor dine pårørende gerne må deltage. På mødet vil vi, sammen med dig og visitator, sætte et realistisk og opnåeligt mål. Vi aftaler, hvilke aktiviteter og træning der skal iværksættes, hvad du selv skal arbejde med, og hvordan vi som fagpersoner kan støtte dig i processen.



Under opholdet vil personalet løbende vurdere din fysiske og psykiske formåen samt din døgnrytme og almene tilstand for at sikre, at forløbet bliver tilpasset til dig. Der bliver indkaldt til opfølgningsmøde(r), hvor visitator, plejepersonale, terapeut og eventuelt andre samarbejds-partnere deltager. På disse møder justerer vi i fællesskab planen for dit ophold, og her er dine pårørende også velkomne til at deltage.

Rehabilitering

Din træning vil blive tilrettelagt efter de mål, du har for opholdet. Alle der er på ophold på ROK skal aktivt deltage i og træne gennem de daglige aktiviteter.

Du vil dagligt træne selv og/eller sammen med SOSU-personale eller sygeplejerske ved at deltage aktivt i din egen pleje og opgaver i dagligdagen f.eks. ved at dække bord, rede seng, tage tøj af/på, udføre personlig pleje, gøre rent, tage din medicin og dosere din medicin m.v.

Er du på et rehabiliteringsophold, vil du sammen med en terapeut aftale hvilken øvrig træning, du har behov for sammen med træningsassistent, ergoterapeut og/eller fysioterapeut. Det er vigtigt, at I aftaler, hvad du selv skal gøre, og hvad du skal gøre sammen med plejepersonalet, træningsassistent og/eller terapeut.

Hverdagen på ROK

I Aabenraa Kommune er rehabilitering (hjælp til selvhjælp) et nøgleord. Det vil sige, at hjælpen varierer fra borger til borger, og du vil opleve, at der kan være stor forskel på den hjælp/støtte du får, sammenlignet med dét en anden borger tilbydes.

Måltider

Alle måltider kan nydes i cafeen på nedenstående tidspunkter:

Morgenmad	kl. 07.30-09.30
Middagsmad	kl. 11.45-12.30
Eftermiddagskaffe:	kl. 14.30-16.00
Aftensmad	kl. 18.00-19.00
Aftenkaffe:	kl. 20.00

Personalet serverer mad på stuen til de borgere, der ikke har mulighed for at komme i cafeen til måltiderne. Dette kan være forskudt af ovenstående tidspunkter.

Afbestilling af måltider

Hvis du ikke ønsker et måltid – f.eks. fordi du skal ud at spise kan du afbestille det ved at kontakte Mad & Måltider senest 3 dage før. Ved rettidig afbestilling bliver beløbet refunderet.

Aktiviteter

Der er ikke faste daglige aktiviteter, men der er mulighed for at spille diverse spil, høre musik, spille på tablet, strikke, gåture inde og ude, træne i træningssal og have sysler med hjemmefra, som du kan hygge dig med i ledige stunder.

Folkeregister adresse

Du skal være opmærksom på, at under dit ophold på ROK skal du fortsat være tilmeldt en folkeregisteradresse. Dette må ikke være her på ROK. Du kan dog omadresser din post/avis til ROK

Digital Post/E-Boks

Hvis du er tilmeldt digital post, er det vigtigt, at du også tjekker din E-Boks, mens du er på ROK, da vigtig information kan blive sendt dertil.

Indlæggelse på sygehuset under opholdet

Hvis du bliver indlagt under dit ophold på ROK, kan du som udgangspunkt forvente at din stue skal tømmes efter 72 timer.

Ledsagelse

Har du behov for ledsagelse til undersøgelser eller behandling, er det dine pårørende, der skal tage med.

Læge

Vi samarbejder med din egen læge under opholdet.

Urinprøver o.l.

Skal du have undersøgt en urinprøve eller lignende, er det dine pårørende, der skal sørge for, at den bliver afleveret hos lægen.

Tandlæge

Du skal som hovedregel bruge din egen tandlæge.

Besøg

Når du har gæster, prøver vi at give plads til dit privatliv. Derfor kigger vi som regel ikke ind på stuen, medmindre vi vurderer, at der er behov for det.

Dine gæster er velkomne til selv at lave en kop kaffe/the i cafeen. Som gæst kan man ikke forvente, at der kan købes tilbehør til kaffen, da brød/kage/frugt primært er til borgerne, men de er meget velkomne til selv at tage med.

Ønsker dine gæster at deltage i måltider på ROK, skal dette bestilles forud ved Mad & Måltider. Dette vil blive opkrævet via din regning.

Når du har gæster til middag og/eller aften, beder vi om, at I spiser på stuen.

Vi beder jer om at sætte brugt service til vask på en bakkevogn.



Som udgangspunkt har vi ikke besøgstider, men du kan have behov for hvile og/eller struktur/aktiviteter i hverdagen, der skal tages hensyn til.

Husdyr

Husdyr må komme på besøg, men kan desværre ikke bo på ROK.

Betaling

Du får 2 regninger. Den ene regning er fra Mad og Måltider for kost, og den anden er fra ROK, for vask og leje af linned. Prisen reduceres under indlæggelse og orlov. Vær opmærksom på, at prisen for vask og leje af linned ikke reduceres, selvom dine pårørende vasker for dig. Taksterne fastsættes af kommunalbestyrelsen og fremgår af det bevillingsbrev, du modtager forud for opholdet. Afregning sker månedsvis, og der afregnes bagud og pr. påbegyndt døgn. Regningerne bliver sendt til din e-Boks. Har du ikke e-Boks, bliver de sendt med posten.

Tøj og vask

Medbring tøj, der kan tåle maskinvask ved min. 60 grader og kan tørres i tørretumbler ved lav varme. Dvs. medbring ikke uld, silke o.l. På ROK vasker vi dit tøj i tøjposer (en til kulørt og en til kogevaske), for at undgå at forveksle dit tøj med andres.

Affaldssortering

På ROK skal vi affaldssortere jfr. Aabenraa kommunes aftale med renovationsfirma.

På ROK er der 2 affaldsstationer – i cafeområdet og ved receptionen.

Affald fra stuen skal så vidt muligt affaldssorteres. Således at det, der er tilbage på stuen, er "restaffald".

Brandsikkerhed

Du må ikke ryge eller tænde levende lys på ROK.

Rygning og alkohol

ROK er røgfri. Det gælder også e-cigaretter. Personalet kan hjælpe med at bestille produkter til afvænning. Produkterne er for egen regning. Det er muligt at ryge i rygeskuret.

ROK serverer ikke alkohol.

Frisør / fodpleje

Du kan bestille tid hos din egen frisør/fodplejer eller hos en mobilfrisør/fodplejer. Begge dele er for egen regning.

Penge og værdier

ROK må, af juridiske årsager, ikke tilbyde opbevaring af dine kontanter/værdigenstande. Såfremt du alligevel medbringer dette, sker det på eget ansvar.

Forsikring/erstatning

Er uheldet ude under dit ophold på ROK (skade/tyveri her på centeret) er det din egen indbo-/familieforsikring der skal dække.

Det kan derfor være en god idé at oplyse dit forsikringsselskab om, at du er på et midlertidigt ophold på ROK.

Hvis personalet under arbejdet er så uheldigt at ødelægge nogle af dine ting, så er der mulighed for, at du kan få erstatning, hvis personalet er erstatningsansvarligt ifølge erstatningsansvarsloven. Det betyder, at det kræver, at personalet har gjort noget forkert, har lavet en påviselig fejl eller forsømmelse, og at de øvrige betingelser i loven er opfyldte. Hændelige skader og almindeligt slitage erstattes ikke og her henvises til din egen forsikring.

Hjælp os til at blive endnu bedre

Vi ønsker hele tiden at udvikle og forbedre os ☺

Vi håber derfor, at du og dine pårørende vil bruge et par minutter på at dele jeres oplevelser ud fra ROKs spørgeskema inden eller lige efter opholdet på ROK er slut.

Scan QR-koden nedenfor med din smartphone eller tablet/iPad, og få direkte adgang. Har du brug for hjælp til at gennemgå spørgeskemaet, kan personalet hjælpe dig via en af ROKs computere.

QR-koden kan anvendes af både dig og dine pårørende



Kontaktoplysninger:

Rehabiliterings- og Korttidscenter
Funkevej 9A
6230 Rødekro

Tlf.: 73 76 62 00 - Hovednummer

Mail: rehab.center@aabenraa.dk

Ved spørgsmål til plejepersonalet er det bedst at ringe mellem kl. 11-14

Følg os på Facebook: ROK - Aabenraa kommunes. Scan QR:



Ved spørgsmål om bevillinger, takster, bolig, vejledende serviceniveau o.l. kontaktes:

Visitation & Understøttelse:

Skelbækvej 2

6200 Aabenraa

Tlf.: 73 76 76 76

Tlf. tid: Mandag-fredag kl. 8-13 (onsdag lukket)
samt torsdag kl. 14.30-16.00